

ХАРАКТЕРИСТИКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ УЧНІВ 5 –9 КЛАСІВ (10 –14 РОКІВ) СІЛЬСЬКИХ МАЛОКОМПЛЕКТНИХ ШКІЛ

У статті подано характеристику фізичного розвитку учнів 5 – 9 класів (10 – 14 років) сільських малокомплектних шкіл. Здійснено порівняльний аналіз морфологічних показників розвитку учнів, які проживають в сільській місцевості та учнів міських загальноосвітніх шкіл.

Ключові слова: *фізичний розвиток, сільська малокомплектна школа, учні основної школи.*

Актуальність дослідження. Нині, коли відбуваються бурхливі зміни в усіх сферах життя українського суспільства, актуалізується проблема фізичного виховання дітей та молоді, виховання в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої суспільної цінності та індивідуалізації. Адже, сучасні соціально-економічні умови життя висувають високі вимоги до працездатності, рівня фізичного розвитку та функціонального стану організму молодого покоління. На жаль, останнім часом в Україні продовжується процес погіршення стану здоров'я дітей і підлітків. Спричинило цю тенденцію багато чинників: екологія (близько 20%), спадковість (близько 20%), нездоровий спосіб життя (близько 50%), рівень розвитку медицини та геополітична ситуація в країні [3]. За даними досліджень українських фахівців, 36,4% учнів загальноосвітніх шкіл мають низький рівень фізичного здоров'я. За останні 20 років виявлено зменшення показників маси тіла у школярів усіх вікових груп, особливо у віці становлення статевих функцій як у дівчаток, так і у хлопчиків, з одного боку. З іншого боку, в Україні 10% дитячого населення мають надмірну масу тіла [3].

Особливої актуальності набуває проблема фізичного розвитку учнів сільських малокомплектних шкіл, для яких характерними є особливості, зумовлені соціальними, територіальними, економічними, географічними та демографічними процесами [1]. Малокомплектна школа передбачає наявність у структурі школи класів-комплектів, які різняться за наповнюваністю як самої школи, так і кожного класу зокрема. Для таких шкіл характерні свої соціально-педагогічні проблеми, такі як: матеріально-технічне, науково-методичне, кадрове забезпечення шкіл, мала наповнюваність учнів в класах, відсутність спортивних залів, устаткування та інвентарю, слабка реалізація оздоровчих функцій більшості шкіл, недостатня турбота про фізичне здоров'я дітей, велика зайнятість учителів і батьків домашнім господарством, відсутність позашкільних закладів, а також близькість до природи [6].

Тому проблема фізичного виховання дітей і підлітків в умовах сільських малокомплектних шкіл має велике практичне і наукове значення. Фізична культура в цьому випадку є не тільки засобом виховання і поліпшення фізичної підготовки юнаків і дівчат, а нерідко основним фактором відновлення та зміцнення здоров'я в період становлення і кінцевого формування організму, могутнім джерелом підвищення загальної та розумової працездатності [7].

За словами Арєфєєва В.Г., одним із основних показників фізичного стану є фізичний розвиток дитини, який характеризується комплексом соматометричних та стоматоскопічних ознак [2]. Під фізичним розвитком розуміють розміри і форму тіла, співвідношення їх віковій нормі. З фізичним розвитком тісно пов'язані моторний розвиток і статеве дозрівання. Виражені відхилення від нормативів фізичного розвитку означають порушення процесів росту і дозрівання організму [4].

Діти одного хронологічного віку і статі не становлять однорідної групи, тому що віковому процесу росту та розвитку організму школярів властиві чималі індивідуальні коливання. Це спостерігається у розмірах довжини та маси тіла, окружності грудної клітки, у розмірах і структурі кісткового апарату, м'язової системи, показниках життєвої місткості легень тощо. Також спостерігаються відмінності у підготовленості, розвитку інтелектуальних, психологічних, фізичних можливостей, різної динамічності нервової системи, темпи засвоєння дітьми навчального матеріалу, формування вмінь і навичок неоднакові [2].

Рівень фізичного розвитку відіграє особливу роль при визначенні стану здоров'я учнів, організм яких перебуває в стадії формування і через свою пластичність надзвичайно схильний як до позитивних, так і до негативних впливів факторів зовнішнього середовища. Тому показники фізичного розвитку відображають не тільки стан здоров'я дітей і підлітків, а й соціально-економічні та соціально-гігієнічні умови їхнього життя, рівень і якість організації та методики викладання фізичної культури в середній загальноосвітній школі [5].

Залежно від умов і життєвих факторів, що впливають на фізичний розвиток, він може бути всебічним і гармонійним, або обмеженим і дисгармонійним. Для оцінки фізичного розвитку відмічають темпи розвитку та масо-зростові співвідношення. Саме за цим співвідношенням і виділяють фізичний розвиток гармонійний і дисгармонійний [4].

Під гармонійним фізичним розвитком розуміють відповідність маси тіла, довжини тіла та інших антропометричних показників. Під дисгармонійністю фізичного розвитку розуміють невідповідність маси тіла його довжині, а також невідповідність об'ємних розмірів повздовжнім. У всіх випадках виявлення дітей з ознаками дисгармонійності фізичного розвитку вимагається підвищена увага до аналізу умов життя, об'єму навчального та фізичного навантаження [4].

Мета дослідження – проаналізувати фізичний розвиток учнів 5–9 класів сільських малокомплектних шкіл.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел, антропометричні вимірювання, методи математичної статистики.

Результати дослідження. Дослідження були проведені на базі Високопільської ЗОШ I-III ступенів, Студеницької ЗОШ I-III ступенів та Стрижівської НВК I-II ступенів "школи-колегіума" Житомирської області. В обстеженні взяли участь 248 учнів 5 –9 класів сільських шкіл, з них 126 дівчаток та 122 хлопчиків.

З метою вивчення особливостей фізичного розвитку учнів 5–9 класів (10–14 років), які проживають у сільській місцевості було здійснено порівняльний аналіз з учнями-однолітками 5–9 класів, які проживають в місті Києві (табл. 1).

Таблиця 1

Порівняльний аналіз фізичного розвитку учнів 5 –9 класів (10 –14 років) сільських шкіл з учнями міських шкіл

Дані антропометричних вимірювань ($\bar{X} \pm \sigma$)							
Вік, років	Стать	Антропометричні показники					
		Зріст, см		Маса тіла, кг		Обхват грудної клітки (ОГК)	
		Власні дані	Стандартні дані	Власні дані	Стандартні дані	Власні дані	Стандартні дані
10	х (n = 24)	141,9±5,11	141,9±7,11	35,1±3,72	33,7±4,42	70,3±4,47	67,6±3,20
	д (n = 29)	143,4±6,58	143,2±7,60	34,0±6,29	34,2±4,87	68,2±4,78	66,0±3,97
11	х (n = 19)	140,5±34,3	146,4±5,72	40,7±11,45	38,4±4,63	73,3±86,88	70,8±3,76
	д (n = 24)	148,2±6,08	147,3±7,76	39,1±8,49	37,1±6,19	70,7±4,78	68,1±5,23
12	х (n = 29)	148,7±26,9	151,2±7,04	40,9±6,14	39,1±4,24	74,5±5,59	71,5±3,74
	д (n = 19)	158,1±7,97	153,9±6,00	41,6±8,11	42,9±7,39	71,7±5,98	71,2±6,28
13	х (n = 23)	159,5±10,21	157,7±8,07	46,1±6,81	45,8±6,53	76,0±4,01	74,6±5,17
	д (n = 25)	158,5±8,60	160,2±6,62	47,6±8,99	47,6±6,33	73,9±6,08	71,9±3,67
14	х (n = 27)	167±7,66	166,0±8,75	55,3±8,61	53,8±6,43	81,1±12,3	78,7±5,05
	д (n = 29)	162,0±6,64	162,4±6,12	52,0±8,97	52,4±6,49	77,6±7,45	73,9±4,43
Де n - кількість випробуваних, \bar{X} - середнє арифметичне відхилення, σ - середнє квадратичне відхилення.							

Проведений аналіз динаміки вікових показників фізичного розвитку сільських школярів дозволив встановити, що рівень їх фізичного стану в деяких показниках відрізняється від антропометричних даних міських учнів загальноосвітніх шкіл. Так, дослідження у період з 10 до 14 років учнів як сільської, так і міської місцевості показали наступне: показники росту у хлопчиків та дівчаток 10 років сільської місцевості не відрізняються від показників росту їхніх однолітків з міста; у віці 11 років учні міських шкіл випереджають у результатах росту (146,4 см) школярів сільських шкіл (140,5 см); у дівчаток сільської місцевості цього віку над своїми однолітками з міста значущих відмінностей не виявлено. Міські школярі 12 років переважають у показниках росту (151,2 см) над сільськими школярами (148,7 см); що стосується дівчаток сільської місцевості того ж віку, то вони у дослідженнях росту (158,1 см) випереджають міських дівчаток (153,9 см). У 13-ти річних учнів сільських шкіл спостерігається тенденція до покращення (159,5 см) над учнями міських шкіл того ж віку (157,7 см). Серед 13-річних дівчаток міські учениці випереджають (160,2 см) своїх однолітків з сільської місцевості (158,5 см). У хлопчиків і дівчаток 14 років як сільської, так і міської місцевості значущих відмінностей у показниках росту не помічається.

Антропометричні вимірювання показників маси тіла виявили наступне: у віці 10 років сільські учні випереджають (35,1 кг) у масі тіла своїх міських однолітків (33,7 кг); що стосується дівчаток як сільської, так і міської місцевості того ж віку, то відмінностей у результатах маси тіла не спостерігається. Динаміка показників маси тіла у віці 11 років і у хлопців, і у дівчат сільської місцевості має перевагу у результатах з

міста. Показники маси тіла у 12-річному віці у сільських школярів переважають (40,9 кг) над показниками школярів з міста (39,1 кг). Що стосується 12-ти річних учениць з міста, то вони випереджають (42,9 кг) своїх однолітків-дівчат сільської місцевості у показниках маси тіла (41,6 кг). Вікова динаміка показників маси тіла у 13-ти річному віці виявила наступне: учні сільської місцевості переважають (46,1 кг) своїх однолітків з міста (45,8 кг), тоді як у дівчат і сільської і міської місцевості відмінностей не спостерігається. Сільські учні 14 років випереджають (55,3 кг) міських учнів (53,8 кг) у вимірюваннях маси тіла. У дівчат цього віку як сільської, так і міської місцевості суттєвих відмінностей у результатах не спостерігається.

При вимірюванні обхвату грудної клітки було виявлено, що в учнів 5-9 класів сільських малокомплектних шкіл (як у хлопчиків так і дівчаток) спостерігається стабільна позитивна тенденція до покращення показників по відношенню до учнів та учениць 5 –9 класів міської місцевості.

Висновки:

1. Фізичний розвиток учнів 5-9 класів сільських малокомплектних шкіл відрізняється від фізичного розвитку учнів 5-9 класів міських шкіл.

2. Порівняльний аналіз антропометричних вимірювань показав наступне: у дослідженнях зросту спостерігаються відмінності у показниках; у показниках маси тіла та обхвату грудної клітки характерна суттєва перевага учнів сільських малокомплектних шкіл на всіх вікових періодах над учнями міських шкіл.

3. На нашу думку, це можна пояснити кращою екологією навколишнього середовища в сільській місцевості, де діти більше часу проводять на свіжому повітрі, за рахунок залучення змалку до сільського господарства, а також, більш здоровим харчуванням в селі.

У подальшому передбачаємо розробити методику диференційованого навчання баскетболу учнів середніх класів з урахуванням специфіки організації навчально-виховного процесу в сільській малокомплектній школі.

Використані джерела

1. Айрікян Г. Проблеми сучасної сільської школи: Газета для керівників навчальних закладів / Айрікян Г., Бурлакова Л. – К.: Шкільний світ, 2011. – №11. – С. 2-5.
2. Арефьев В.Г. Сучасна методика оцінювання рівня фізичного розвитку учнів загальноосвітніх шкіл / В.Г. Арефьев // Науковий часопис. – 2013. – №4. – С. 31-35.
3. Дудіна О.О. Ситуаційний аналіз стану охорони здоров'я дітей та підлітків в Україні. Ч. 1. Аналіз нормативно-правової бази, стратегій та ініціатив, які забезпечують політику здоров'я дітей і політиків / О.О. Дудіна // Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. – 2007. – №4. – С. 32-38.
4. Жуков В.Л. Вікова фізіологія: Навчальний посібник / В.Л. Жуков, О.О. Єжова. – Суми.: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2004. – 69 с.
5. Куц А.С. Модельные показатели физического развития и двигательной подготовленности населения центральной зоны Украины / А.С. Куц. – К.: Искра, 1994. – 253 с.
6. Малокомплектна школа: проблеми, пошуки, досвід: Спецвипуск // Сільська школа України. – 2005. – №1. – С. 1 –32.
7. Суворова Г.Ф. Обучение в малокомплектной сельской школе: 5-9 классы: Книга для учителя / Г.Ф. Суворова. – М.: Просвещение, 1990. – 157 с.

Kostyuk Y.S.

PHYSICAL CHARACTERISTICS OF SHEET 5 –9 CLASSES (10 –14) RURAL SMALL SCHOOLS

The article describes the physical characteristics of students grades 5 –9 (10 –14 years) in rural small schools. The comparative analysis of morphological indicators of students who live in rural and urban students in secondary schools.

Key words: *physical development, rural ungraded schools, primary school students.*

Стаття надійшла до редакції 16.09.2013 р.